

ENFANT HAUT POTENTIEL

8 signes qui doivent interpeller les parents

L'équipe de La Clinique E-Santé

Publié le 14 octobre 2021

Si chaque enfant est unique et évolue à son rythme, certains d'entre eux naissent avec des aptitudes plus développées que la moyenne. Vive curiosité, langage évolué, forte empathie, difficultés face à l'injustice ... sont autant de caractéristiques qui permettent de **détecter un enfant haut potentiel**. Comment les reconnaître et les prendre en compte dans l'éducation de l'enfant pour que ce dernier puisse pleinement s'épanouir ?

Une personne surdouée, qu'elle soit un haut potentiel intellectuel (HPI) ou un haut potentiel émotionnel (HPE), renvoie à des modes de fonctionnement bien spécifiques qui vont dès le plus jeune âge impacter son quotidien.

Un haut potentiel se manifeste d'abord dans le domaine intellectuel et des aptitudes cognitives, à travers une pensée en arborescence en décalage avec la pensée linéaire qui est celle que la majorité des personnes ont, une grande puissance en termes de traitement de l'information, notamment appuyée par une mémoire plus développée que la moyenne, ainsi qu'une tendance à l'hyperactivité cérébrale.

Au niveau affectif, l'hypermotilité est la clé pour **comprendre les réactions et comportements d'un enfant haut potentiel** avec une forte sensibilité émotionnelle et une hypersensibilité sensorielle.

Enfin, parce ce qu'il a un attachement très fort à un certain nombre de valeurs considérées comme fondamentales et qui ont généralement une portée existentielle, ces dernières structurent ses actions et ses prises de positions quotidiennes.

C'est sur ces caractéristiques générales qu'un certain nombre de signes repérables peuvent vous permettre, en tant que parent, de vous orienter sur la détection d'une **surdouance chez votre enfant**. En complément de ces indicateurs, vous trouverez également ici quelques conseils pour vous orienter dans une démarche éducative adaptée. Enfin, vous pouvez aussi réaliser, si vous le souhaitez, le test suivant qui vous permettra de savoir si vous-même, êtes une personne à haut potentiel.

Reconnaître un enfant haut potentiel : les signes

Pour repérer chez votre enfant un haut potentiel, certains signes ne trompent pas. C'est une première étape que vous pouvez réaliser avant de lui faire faire des **tests de QI**. Le repérage de ces signes pourront vous permettre de mieux comprendre les comportements de votre enfant haut potentiel et de l'accompagner dans son développement personnel.

L'enfant haut potentiel s'ennuie

Un **enfant à haut potentiel s'ennuie vite**, particulièrement s'il est attendu de lui qu'il s'investisse dans des tâches répétitives ou routinières, et un certain niveau de stimulation lui est véritablement nécessaire.

Il aura en effet tendance à s'engager intensément dans des activités qui le passionnent, quitte à renouveler ses centres d'intérêt si jamais il a l'impression d'avoir fait le tour du sujet.

Il peut cependant, comme tous les enfants, être attaché à des rituels, souvent liés à la relation affective qu'il entretient avec vous. Si vous avez par exemple l'habitude de lire ensemble les mêmes livres avant le coucher, vous remarquerez qu'il connaît le texte sur le bout des doigts : sa mémoire, en l'occurrence verbale, est surprenante par comparaison aux enfants neurotypiques du même âge.

La maîtrise du langage

En effet, le deuxième signe qui vous permet de savoir si votre enfant est haut potentiel, est sa grande maîtrise concernant l'utilisation du langage.

L'enfant haut potentiel est en général en avance sur ce point et passe rarement par la phase du « langage bébé ». Quel que soit l'âge auquel il commence à parler, son vocabulaire est d'une richesse hors du commun et il aime trouver les termes les plus justes pour exprimer ses idées.

Son avance sur le plan du langage se retrouve souvent par une acquisition précoce de la lecture, apprentissage qu'il aura investi de son plein gré sans y avoir été particulièrement poussé. Il est en soi passionné et porté par sa curiosité intellectuelle.

La curiosité de l'enfant haut potentiel

Cette curiosité est en effet un autre **signe de surdouance chez un enfant haut potentiel**.

Il est possible que le vôtre pose beaucoup de questions sur ce qui l'entoure, et vous êtes au quotidien assailli.e de questions en forme de « pourquoi... ? ».

De manière générale, il est fréquent qu'un enfant haut potentiel oriente assez rapidement son intérêt sur la sphère métaphysique et existentielle (la vie, la mort, l'origine de l'univers...). Il a un besoin très important de sens et a déjà la notion des mystères associés à la condition humaine et à notre place dans le monde.

L'enfant haut potentiel sera également intéressé par des questionnements peut-être plus accessibles concernant les sciences de la vie et de la nature, qui le renvoient tout de même à la possibilité de mieux comprendre le monde qui l'entoure, ce qui est essentiel pour lui. **L'enfant HPI ou HPE a un grand besoin de maîtrise intellectuelle**, particulièrement concernant son environnement au sens large et sa propre place au sein de celui-ci.

La dyssynchronie

Un autre élément qui peut laisser supposer un enfant haut potentiel est le décalage observé chez lui entre différents niveaux de fonctionnement.

En effet, s'il est capable de faire preuve d'une grande pertinence et d'une justesse d'analyse remarquable sur le plan intellectuel, un enfant surdoué est aussi dépendant affectivement et psychologiquement que les enfants neurotypiques de son âge.

Son hypersensibilité rend également **l'enfant haut potentiel très réactif** au jugement des autres, qu'il s'agisse de ses pairs ou des adultes qui l'entourent. Ainsi, vous pouvez être

surpris.e par des réactions affectives parfois considérées comme puériles, par contraste avec la grande maturité de ses réflexions et de ses analyses.

On parle alors de dyssynchronie, qui rend compte à un moment donné de l'inadéquation ou du décalage entre les niveaux de développement de l'enfant dans différentes sphères de son expérience (intellectuelle, affective, psychomotrice...).

Le sens moral

L'importance d'un sens moral « naturel » pour l'enfant à haut potentiel est un autre élément caractéristique de son fonctionnement qui peut parfois surprendre son entourage.

Votre enfant aura tendance à être extrêmement empathique, compatissant fortement à la souffrance d'autrui et ressentant une vive l'incompréhension face à la méchanceté et à la malveillance gratuites. C'est ce qui peut plus largement le conduire à **se sentir en décalage avec les enfants de son âge** pour qui la conscience morale est moins structurante et l'empathie moins développée.

L'injustice en particulier le révolte, et vous pouvez avoir le sentiment que votre enfant n'est pas assez protégé ou trop exposé face à la dureté de la vie. S'il est bien accompagné, cette caractéristique personnelle lui permettra pourtant de devenir un adulte équilibré, ouvert et tolérant.

C'est une construction solide qui le rendra capable, en appui sur son altruisme naturel, de prendre position pour ce qui lui semble juste et de se réaliser personnellement en restant en phase avec ses précieuses qualités humaines.

Le sens de l'humour

Avant de vous expliquer ce trait de caractère chez votre enfant haut potentiel, sachez que si vous êtes, vous-même HPI ou HPE et que vous souffrez de votre condition intellectuelle, la psychothérapie à la Clinique E-Santé est une aide précieuse pour apprendre à mieux vous connaître. Grâce à l'accompagnement d'un.e psychologue spécialisé.e dans les hauts potentiels vous pourrez :

- Valider avec un psychologue votre diagnostic de Haut Potentiel (HPE/HPI).
- Comprendre votre mode de fonctionnement atypique pour mieux l'accepter.
- Exploiter votre plein potentiel dans votre sphère professionnelle, sentimentale et relationnelle.
- Faire de votre surdouance une force et un avantage au quotidien.
- Les enfants haut potentiel ont également tendance à manifester un sens de l'humour surprenant pour leur âge.
- Ils ont en effet accès à des subtilités en termes de compréhension des situations, notamment grâce à un sens de l'observation particulièrement développé.
- Leur **pensée en arborescence** est un véritable atout pour comprendre tous les aspects d'une expérience ou d'une situation et réaliser une analyse synthétique des enjeux impliqués. C'est sur cette base qu'ils peuvent faire des liens extrêmement pertinents et percevoir les absurdités ou la dimension ironique d'une situation donnée, en appui sur leur propre esprit critique.

- Étant très lucides concernant leur différence qui peut parfois les exposer à l'incompréhension et au jugement, l'humour constitue aussi un outil pour une meilleure intégration sociale et le moyen de créer un lien privilégié avec les autres.
- Leur goût pour la manipulation du langage constitue une tentation supplémentaire d'user du jeu de mots pour faire rire leur entourage.
- **Les difficultés scolaires**
- L'ennui en classe qui peut aller jusqu'à l'échec scolaire est malheureusement un autre signe d'un **fonctionnement de l'enfant haut potentiel**.
- Les enfants porteurs de cette particularité, ont en effet un besoin majeur de sens et supportent mal l'arbitraire que peut constituer, par exemple le fait de devoir apprendre par cœur un cours alors même qu'ils comprennent parfaitement le sujet et qu'ils sont capables d'en faire un exposé clair et synthétique.
- De la même manière, être obligé de recopier un exercice mot pour mot sans en percevoir l'utilité pédagogique ou encore s'astreindre à des récitations sans pouvoir faire appel à leur créativité est extrêmement frustrant pour eux.
- De manière générale, le système scolaire classique qui privilégie un apprentissage non critique parfois par le biais de méthodes répétitives ne convient pas au mode de fonctionnement d'un enfant haut potentiel. Il aura tendance à s'ennuyer rapidement jusqu'à parfois se désintéresser de ses activités scolaires, voire à contester une autorité qu'il juge arbitraire et des savoirs standardisés qui font, selon lui, l'impasse sur la complexité.
- Sur le plan des savoirs académiques et des attentes scolaires, c'est donc encore ce sentiment de décalage, de différence et d'inadéquation qui peut se faire sentir.
- **Les difficultés sociales**
- Enfin, un autre signe de surdouance chez votre enfant, qu'il soit HPI ou HPE est sa difficulté à s'insérer dans un groupe constitué d'enfants du même âge, et ce parfois très tôt.
- Les différences de fonctionnement peuvent lui rendre la connexion aux autres difficile, et ce d'autant plus qu'il s'attend spontanément à ce que ses pairs fonctionnent comme lui. Il est donc souvent déçu et confronté à un sentiment d'altérité et de solitude.
- Particulièrement conscient de l'image que l'enfant haut potentiel renvoie et de l'évaluation, voire du jugement, de sa personne par les autres enfants qu'on sait être généralement peu tolérants vis-à-vis de la différence, il peut développer des stratégies pour mieux se conformer, quitte à faire violence à sa nature profonde.
- Il est aussi possible de le voir se replier et s'isoler face à l'incompréhension des autres et à sa propre incompréhension des fonctionnements neuro-typiques et des comportements des autres enfants. C'est aussi pour ces raisons qu'il est fréquent de le voir se rapprocher des adultes de son entourage ou d'enfants plus âgés avec qui il se sent plus à l'aise du fait de leur expérience, qui vient faire écho à la complexité de

sa vision du réel, et de leur plus grande maturité intellectuelle qui rend la relation plus nourrissante pour lui.

- **Quelques astuces pour accompagner son enfant haut potentiel au quotidien**

- En tant que parent, il peut être douloureux de voir votre enfant négocier parfois difficilement sa place parmi les autres, voire souffrir du fait de sa différence et du sentiment de décalage qui l'accompagne.
- Vous devez cependant garder à l'esprit que votre positionnement face à l'expérience très concrète de sa **surdouance** au quotidien, ainsi que les clés que vous pouvez lui apporter pour l'aider à avancer avec tout ce qu'il est, vont représenter un appui indispensable pour lui et un atout majeur pour son avenir.
- Du point de vue de ses compétences particulières, il s'agit de trouver le bon équilibre entre le fait de l'aider à s'épanouir selon ses besoins spécifiques tout en lui conservant sa place d'enfant, par le fait de lui poser les bonnes limites. **L'enfant haut potentiel a un niveau d'exigence élevé** en général et a tendance à mal supporter la frustration, du fait de la performance de leur propre système qui se confronte à la réalité du fonctionnement d'autrui.
- Il est important de l'encourager dans ses intérêts et ses investissements et d'échanger avec lui sur ce qui le passionne, mais ne craignez pas de le frustrer en respectant et en posant vos propres limites. Il n'est pas souhaitable qu'il ait un avis sur tout, malgré la pertinence de son jugement, et certaines choses ne le concernent pas (encore) malgré sa grande maturité intellectuelle.
- C'est cette dernière qui peut vous faire oublier à quel point un enfant, quel que soit son potentiel, reste affectivement et psychiquement dépendant.
- Pour grandir harmonieusement **l'enfant haut potentiel aura besoin d'être sécurisé** par l'existence d'un cadre et une structure, même s'il peut donner l'impression d'une grande indépendance. Cependant, comme on sait que les enfants à haut potentiel ont une relation difficile avec l'autorité arbitraire, quelques ajustements peuvent être nécessaires pour éviter le rapport de force permanent et favoriser une relation éducative équilibrée.
- L'objectif est d'impliquer votre enfant dans le processus éducatif même, plutôt que de lui donner l'impression que les règles lui sont imposées de l'extérieur.
- Un enfant à haut potentiel risque en effet de se braquer, ou pire de progressivement se démoraliser et se déprimer, face à une autorité qui ne fait pas sens pour lui et qui lui semble injuste. Pour cette raison et même si cela peut sembler exigeant au départ, il sera très constructif que vous preniez le temps de lui expliquer le fameux pourquoi des règles à la maison, en mettant l'accent sur l'idée générale selon laquelle la raison d'être du cadre est le fonctionnement optimal d'un système, familial en l'occurrence.
- En cas d'évolution de ce cadre, ayez le réflexe de la transparence en montrant à votre enfant que certaines règles sont susceptibles d'évoluer en fonction des circonstances, qu'un cadre peut être souple et adaptatif tant qu'il ne nuit pas au bon fonctionnement du système auquel il s'applique. L'important est simplement qu'il prenne conscience

de l'utilité de respecter les limites que vous fixez, dans l'idée que l'intérêt général implique parfois des efforts individuels.

- En somme, il s'agit de **responsabiliser votre enfant**. Une astuce concrète consiste à valider avec lui le fait que la règle est explicite et claire et à l'engager par le biais d'un vrai contrat, par lequel vous convenez d'un accord sur les conséquences d'une éventuelle transgression.
- Enfin, il est essentiel que vous rassuriez votre enfant sur sa valeur et l'invitez à accepter sa différence. Les enfants à haut potentiel sont extrêmement sensibles et leur quotidien leur demande beaucoup d'efforts d'adaptation.
- Ils peuvent donc se fragiliser du point de vue de leur estime de soi, qui a besoin d'être nourrie par le regard positif et bienveillant de leur entourage.
- **À retenir**
- N'hésitez pas à le valoriser et à mettre en avant ses qualités, de manière à ce qu'il puisse renforcer le sentiment de sa propre légitimité. Invitez-le à s'affirmer tel qu'il est, à respecter ses tendances naturelles. S'il déplore sa différence, ce qui est malheureusement fréquent, rappelez-lui qu'au-delà de celle-ci, il possède au même titre que les autres des forces et des fragilités spécifiques, qu'il doit accepter et sur lesquelles il peut s'appuyer.
- Si certaines techniques éducatives peuvent lui donner des outils concrets pour s'ajuster au mieux à son environnement, c'est dans ce regard que vous portez sur lui et qui témoigne d'une acceptation pleine et entière de tout ce qu'il est qu'il trouvera le plus de ressources pour avancer en confiance.